

1 группа «Пойманные одной сетью»

Цель работы группы:

профилактика рисков, связанных с интернет–зависимостью младшего школьника; формирование чувства ответственности за использование несовершеннолетними интернет ресурсов в неограниченном количестве.

Учитель: Мы живем в эпоху бурного развития информационных технологий. И они являются неотъемлемой частью нашей жизни. Мы не можем себе представить работу, учебу, досуг без интернета, компьютера, других гаджетов. Давайте попробуем разобраться- так ли они полезны и безопасны, как на первый взгляд кажется? Добро это или зло? К сожалению, человек так устроен, что зачастую склонен видеть лишь «удобную для него правду». В настоящее время отечественные и зарубежные врачи, психологи все чаще говорят о таких явлениях, как компьютерная зависимость (аддикция) и компьютеро-ориентированные дети. Это способ убежать от реальности. Социальные контакты в интернете представляют большую опасность, чем телевидение, так как предполагают общение с другими людьми, внутренний мир которых скрыт за рамками экрана. Интернет захватывает человека целиком, не оставляя ему ни времени, ни сил на другие дела.

<http://mosmetod.ru/urok-bezopasnosti-v-seti-internet.html> (ролик 2013)

Давайте рассмотрим основные формы деятельности за компьютером, которые приводят к зависимости это:

- Зависимость от игр за компьютером (гейм-аддикция)
- Зависимость от сетевых действий (интернет-аддикция).
- Навязчивый веб-серфинг – бесконечные путешествия по Всемирной паутине, поиск информации.
- Пристрастие к виртуальному общению и виртуальным знакомствам – большие объемы переписки, постоянное участие в чатах, веб-форумах, избыточность знакомых и друзей в Сети.
- Навязчивая финансовая потребность – игра по сети в азартные игры, ненужные покупки в интернет-магазинах (ониомания) или постоянные участия в интернет-аукционах.
- Пристрастие к просмотру фильмов через Интернет.

Упражнение «КОНСИЛИУМ»

А теперь, представьте, что Вы не родители, а психологи, которые собрались на консилиум. Консилиум посвящен решению проблемы, с которой обратился к вам родитель. Проблема: «Мой ребенок просто не отходит от компьютера, сидит днями и ночами в Интернете. Домашние задания выполняет кое - как. Стал хуже учиться. Все попытки оттащить от компьютера приводят к скандалу, истерике! Я не знаю что делать!». Вашей задачей является обсудить проблему, выработать свод рекомендаций для родителей.

Для работы в группе отводится 7 минут.

Бланк к упражнению «Консилиум»

Протокол

Дата _____

Обратившийся: родитель

Проблема:

«Мой ребенок просто не отходит от компьютера, сидит днями и ночами в Интернете. Домашние задания выполняет кое - как. Стал хуже учиться. Все попытки оттащить от компьютера приводят к скандалу, истерике! Я не знаю что делать!»

Рекомендации:

Родителям можно предложить такую форму работы, как **викторина**

- 1. Ученик 3-го класса Вася Паутинкин зашел на незнакомый ему сайт. Вдруг на экране компьютера появились непонятные Васе сообщения. Что Васе предпринять?**

- ✓ Закрывать сайт
- ✓ Обратиться к родителям за помощью
- ✓ Самому устранить неисправность

Всегда спрашивай родителей о незнакомых вещах в Интернете. Они расскажут, что безопасно делать, а что нет.

- 2. Вася Паутинкин, бывая в Интернете, часто сталкивается с неприятной информацией, которая “лезет со всех сторон”, она мешает ему работать в Интернете. Как Васе избавиться от ненужной информации, чтобы пользоваться только интересными ему страничками.**

- ✓ Установить антивирусную программу
- ✓ Установить на свой браузер фильтр
- ✓ Установить новый браузер

Чтобы не сталкиваться с неприятной и агрессивной информацией в Интернете, установи на свой браузер фильтр, или попроси сделать это взрослых — тогда можешь смело пользоваться интересными тебе страничками в Интернете.

- 3. Вася Паутинкин на уроке информатики создал себе электронный ящик. Теперь он может обмениваться сообщениями со своими друзьями. Сегодня на адрес его электронной почты пришло сообщение: файл с игрой от неизвестного пользователя. Как поступить Васе?**

- ✓ Скачать файл, и начать играть.
- ✓ Не открывать файл.
- ✓ Отправить файл своим друзьям.

Не скачивай и не открывай неизвестные тебе или присланные незнакомцами файлы из Интернета. Убедись, что на твоём компьютере установлен брандмауэр и антивирусное программное обеспечение. Научись их правильно использовать.

Помни о том, что эти программы должны своевременно обновляться.

- 2. На уроке окружающего мира Васе задали найти изображения динозавров. Он захотел скачать картинку в Интернете, нажал кнопку “скачать”, на экране появилось сообщение отправить SMS на указанный номер в Интернете. Как поступить Васе?**

- ✓ Отправить SMS на указанный номер в Интернете.
- ✓ Проверить этот номер в Интернете.
- ✓ Не скачивать больше картинки.

Если хочешь скачать картинку или мелодию, но тебя просят отправить смс — не спеши! Сначала проверь этот номер в интернете — безопасно ли отправлять на него смс и не обманут ли тебя. Сделать это можно на специальном сайте.

- 3. Вася Паутинкин познакомился в Интернете с Иваном Неизвестным. Иван не учится с Васей в одной школе, и вообще**

Вася его ни разу не видел. Однажды Иван пригласил Васю, встретится с ним в парке. Что делать Васе?

- ✓ Пойти на встречу.
- ✓ Пойти на встречу вместе с мамой или папой.
- ✓ Не ходить на встречу.

Не встречайся без родителей с людьми из Интернета вживую. В Интернете многие люди рассказывают о себе неправду.

4. Новый друг Васи Паутинкина, с которым Вася познакомился вчера в Интернете, Иван Неизвестный попросил Васю срочно сообщить ему такую информацию: номер телефона, домашний адрес, кем работают родители Васи. Вася должен:

- ✓ Сообщить Ивану нужные сведения.
- ✓ Не сообщать в Интернете, а сообщить при встрече.
- ✓ Посоветоваться с родителями.

Никогда не рассказывай о себе незнакомым людям: где ты живешь, учишься, свой номер телефона. Это должны знать только твои друзья и семья!

5. Вася решил опубликовать в Интернете свою фотографию и фотографии своих одноклассников. Можно ли ему это сделать?

- ✓ Нет, нельзя.
- ✓ Можно, с согласия одноклассников.
- ✓ Можно, согласие одноклассников не обязательно.

6. Васе купили компьютер. Вася теперь целый день проводит за компьютером. Через несколько дней у него стали слезиться глаза, появились боли в руках. Что делать Васе?

- ✓ Продолжать проводить время за компьютером.
- ✓ Соблюдать правила работы на компьютере.
- ✓ Больше никогда не работать на компьютере.

Соблюдать правила работы на компьютере:

Расстояние от глаз до экрана компьютера должно быть не менее 50 см.

Одновременно за компьютером должен заниматься один ребенок.

Продолжительность одного занятия – не более 60 минут.

После 10–15 минут непрерывных занятий за ПК необходимо сделать перерыв для проведения физкультминутки и гимнастики для глаз.

Продолжительное сидение за компьютером может привести к перенапряжению нервной системы, нарушению сна, ухудшению самочувствия, утомлению глаз.

7. У Васи Паутинкина много друзей в Интернете, он каждый день добавляет новых друзей в свой контакт-лист в ICQ. Вдруг Васе стали приходить сообщения с неприятным, грубым содержанием. Что Вася должен сделать?

- ✓ Оскорбить обидчика.
- ✓ Не отвечать обидчику тем же, а продолжить с ним общение.
- ✓ Сообщить взрослым об этом.

8. У Васи Паутинкина возникли вопросы при работе в онлайн-среде. Родители Васи уехали в командировку, бабушка Васи не может ему помочь. К кому Вася может обратиться?

- ✓ Ему следует подождать приезда родителей.
- ✓ Он может обратиться на линию помощи “Дети Онлайн”.
- ✓ Он может спросить у одноклассников.

Если у тебя возникли вопросы или проблемы при работе в онлайн-среде, обязательно расскажи об этом кому-нибудь, кому ты доверяешь. Твои родители или другие взрослые могут помочь или дать хороший совет о том, что тебе делать. Любую проблему можно решить! Ты можешь обратиться на линию помощи “Дети онлайн” по телефону: 8-800-25-000-15 (по России звонок бесплатный) или по e-mail: helpline@detionline.com. Специалисты посоветуют тебе, как поступить.

9. Иван Неизвестный попросил Васю Паутинкина порекомендовать ему детские поисковые системы. Вася поторопился и в письме допустил ошибки: указал лишние системы. Какие из них являются детскими поисковыми системами?

- ✓ www.yandex.ru, www.rambler.ru
- ✓ www.kids.quintura.ru, www.agakids.ru
- ✓ www.google.ru, Апорт

www.kids.quintura.ru, www.agakids.ru поисковые системы, в которых будет интересно и занимательно детям.

10. Иван Неизвестный посоветовал Васе Паутинкину для просмотра веб-страниц детский браузер. Как вы думаете какой?

- ✓ Гогуль.
- ✓ Опера.
- ✓ Google Chrome.

Гогуль – детский браузер для просмотра веб-страниц. Его можно скачать на сайте gogol.tv.

11. Вася Паутинкин на уроке информатики научился заходить в Интернет. С помощью чего он может попасть в Интернет?

- ✓ Гиперссылки.
- ✓ Веб-страницы.
- ✓ Браузера.

Браузер – средство просмотра веб-страниц.

12. Вася Паутинкин на уроке информатики услышал новое слово “нетикет”. Что оно обозначает?

- ✓ Правила этикета.
- ✓ Правила работы на компьютере.
- ✓ Правила сетевого этикета.

Нетикет (Netiquette) – (англ. Net – сеть, Etiquette – этикет)– нравственные правила поведения в компьютерных сетях.

Используй при общении смайлики!

- :-) улыбающийся
- :~))) смеющийся
- :-D радостно смеющийся
- :-| задумчивый, нейтральный
- :-(грустный
- :-/ недовольный или озадаченный
- :-O удивлённый (рот открыт)

13. Иван Неизвестный пожаловался Васе Паутинкину, что на адрес его электронной почты стали часто приходиться письма, многие из которых называются “спам”. Что это за письма?

- ✓ Обычные письма, их можно открывать и читать.
- ✓ Письма, в которых находится важная информация.

- ✓ Письма, которые нельзя открывать и читать.

Советы по предотвращению развития компьютерной зависимости у детей

- Так как первопричиной ухода ребенка из реального мира является неудовлетворенность существующей действительностью, необходимо в первую очередь выяснить, что же побудило ребенка уйти «в компьютер».
- Неправильно критиковать ребенка, проводящего слишком много времени за компьютером.
- Если вы видите у ребенка признаки компьютерной зависимости, не обостряйте ситуацию, отведите его к психотерапевту.
- Можно попытаться вникнуть в суть игры, разделив интересы ребенка, это сблизит ребенка с родителями, увеличит степень доверия к ним.
- Рекомендуются ограничивать доступ детей к играм и фильмам, основанным на насилии.
- Пребывание ребенка за компьютером необходимо ограничивать. Недопустимо, чтобы дети младшего школьного возраста играли не более получаса
- Компьютер следует устанавливать в таком месте, где вы будете видеть, чем занимается ребенок. Если вы будете периодически заходить в комнату и проверять, это будет выглядеть как тотальный контроль, да и на ваши шаги ребенок скоро научится быстро "захлопывать" запрещенные страницы. А если удастся найти такое место для компьютера, где вы мимоходом, не привлекая к себе внимания, можете увидеть, какая страничка открыта, это будет ненавязчиво, но в то же время эффективно.
- Ребенку все же лучше не покупать отдельный компьютер. Пусть играет на папином. Тогда у вас в любое время будет веская причина сказать "достаточно" — компьютер нужен папе.
- Лишая ребенка желаемого количества времени в интернете, всегда предлагайте альтернативу. Не позволяйте ему маяться от скуки. Его необходимо задействовать в каких-то мероприятиях. Это, в первую очередь, работа по дому, кружки по интересам, спортивные секции.
- Поднимайте самооценку ребенка. Найдите ребенку занятие, в котором он будет успешен и будет выгодно отличаться от товарищей. Его награды, листы, удачные поделки, медали необходимо выставлять на витрине, чтобы гости семьи видели его успехи.
- Поощряйте дружбу ребенка с другими детьми. Приглашайте в гости его друзей и его отпускайте в гости к друзьям.
- Родителям придется ознакомиться с популярными у их детей играми. Дети часто думают, что родители запрещают им играть потому, что не понимают, насколько это увлекательно. В этом случае мнение родителя, который знает игру, будет гораздо весомей, чем мнение родителя, который "не читал, но осуждаю".

Профилактика зависимости от компьютерных игр

На первое место в системе ценностей нужно ставить качество воспитания детей, основанное на личном примере, взаимном уважении и доверии.

Поэтому:

- Важен личный пример родителей. Если вы разрешаете играть ребенку некоторое время в день, то вы и сами не должны просиживать у компьютера больше времени.
- У ребенка должно быть увлечение, хобби, не связанное с компьютером.
- Поддерживайте общение ребенка со сверстниками: их игры на свежем воздухе, общие увлечения (без компьютера).
- Все должно быть спланировано так, чтобы не оставалось свободной минуты. Это совместные дела, уличные игры, праздники, походы в музеи, театры, парки, путешествия, общение с интересными собеседниками и т.д.
- Используйте компьютер как награду, для эффективного воспитания, в качестве поощрения.
- Важно четко контролировать те игры, в которые играет ребенок. Вы должны знать, что это за игра и отслеживать любые отклонения в поведении ребенка после того, как он поиграл в игру. Могут наблюдаться раздражительность, возбужденность, бессонница. Все это указывает на то, что либо было превышено время игры, либо игра не подходит ребенку.
- Отдавайте предпочтение развивающим играм и сайтам. Обсуждайте с ребенком те игры, в которые ему было бы, по вашему мнению, полезнее играть.
- Установите специальные сетевые фильтры и специализированное программное обеспечение, позволяющее контролировать и лимитировать общение ребенка с компьютером.

ПАМЯТКА

для детей по безопасному поведению в Интернете



Для того, чтобы обезопасить себя, свою семью, своих родителей от опасностей Интернета и причинения возможного ущерба, ребенок должен предпринимать следующие меры предосторожности при работе в Интернете:

- Никогда не сообщайте свои имя, номер телефона, адрес проживания или учебы, пароли или номера кредитных карт, любимые места отдыха или проведения досуга.
- Используйте нейтральное экранное имя, не содержащее сексуальных намеков и не выдающее никаких личных сведений, в том числе и опосредованных: о школе, в которой вы учитесь, места, которые часто посещаете или планируете

посетить и пр.

- Если вас что-то пугает в работе компьютера, немедленно выключите его. Расскажите об этом родителям или другим взрослым.
- Всегда сообщайте взрослым обо всех случаях в Интернете, которые вызвали у вас смущение или тревогу.
- Используйте фильтры электронной почты для блокирования спама и нежелательных сообщений.
- Никогда не соглашайтесь на личную встречу с людьми, с которыми вы познакомились в Интернете.
- Прекращайте любые контакты по электронной почте, в системе мгновенного сообщения или чатах, если кто-нибудь начинает задавать вам вопросы личного характера или содержащие сексуальные намеки. Расскажите об этом родителям.

Рекомендации для родителей по организации безопасной работы в Интернет

Бурное развитие компьютерных технологий и широкое распространение сети Интернет открывает перед людьми большие возможности общения и. Мы понимаем, что Интернет – это не только кладёшь возможностей, но и источник угроз. Сегодня количество пользователей российской сети Интернет составляет десятки миллионов людей, и немалая часть из них – дети, которые могут не знать об опасностях мировой паутины.

Мы хотим сделать Интернет максимально безопасным для подрастающих поколений. Эта цель осуществима, если государство, представители бизнеса, правоохранительные органы и общественность объединят усилия, а родители осознают свое главенство в обеспечении безопасности детей.

Правило 1.

Внимательно относитесь к действиям ваших детей в «мировой паутине»:

- Не отправляйте детей в «свободное плавание» по Интернету. Старайтесь активно участвовать в общении ребенка с Интернет, особенно на этапе освоения.
- Беседуйте с ребенком о том, что нового для себя он узнает с помощью Интернет и как вовремя предупредить угрозы.

Правило 2.

Информируйте ребенка о возможностях и опасностях, которые несет в себе сеть:

- Объясните ребенку, что в Интернете как в жизни встречаются и «хорошие», и «плохие» люди. Объясните, что если ребенок столкнулся с негативом или насилием от другого пользователя Интернет, ему нужно сообщить об этом близким людям.
- Научите ребенка искать нужную ему информацию и проверять ее, в том числе с Вашей помощью.
- Научите ребенка внимательно относиться к скачиванию платной информации и получению платных услуг из Интернет, особенно путём отправки sms, – во избежание потери денег.
- Сформируйте список полезных, интересных, безопасных ресурсов, которыми может пользоваться Ваш ребенок, и посоветуйте их использовать.

Правило 3.

Выберите удобную форму контроля пребывания вашего ребенка в Сети:

- Установите на Ваш компьютер необходимое программное обеспечение – решение родительского контроля, антивирус Касперского или Doctor Web.
- Если Ваш ребенок – учащийся младших классов и остается часто дома один, ограничьте время пребывания Вашего ребенка в Интернете.
- Если компьютер используется всеми членами семьи, установите его в месте, доступном для всех членов семьи, а не в комнате ребенка.
- Создавайте разные учетные записи на Вашем компьютере для взрослых и детей. Это поможет не только обезопасить ребенка, но и сохранить Ваши личные данные.
- Регулярно отслеживайте ресурсы, которые посещает Ваш ребенок. Простые настройки компьютера позволят Вам быть в курсе того, какую информацию просматривал Ваш ребенок.

Правило 4.

Регулярно повышайте уровень компьютерной грамотности, чтобы знать, как обеспечить безопасность детей:

- Используйте удобные возможности повышения уровня компьютерной и Интернет грамотности, например, посещение курсов, чтение специальной литературы, консультации с экспертами.
- Знакомьте всех членов Вашей семьи с базовыми принципами безопасной работы на компьютере и в Интернете.

Уважаемые родители!!!
Очень просим Вас установить на домашние компьютеры
программы родительского контроля за деятельностью
своих детей в сети Интернет!!!

Как проводить Родительский контроль над поведением детей в Интернет?

Родительский контроль в Kaspersky Internet Security 7.0

Следует отметить, что в случае использования Windows XP единственным действенным средством использования родительского контроля остаются средства сторонних производителей. Вместе с тем нельзя не признать того, что некоторые параметры родительского контроля в KIS 7.0 могут помочь и в случае использования Windows Vista.

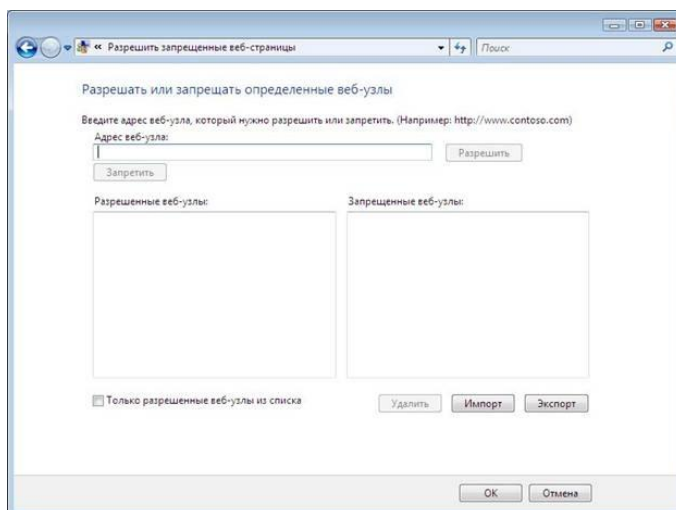
Для настройки Родительского контроля в KIS 7.0 вам необходимо на главной странице приложения выбрать Родительский контроль.



Ограничение доступа детей к некоторым типам содержимого в Интернете

При помощи родительского контроля можно разрешить или запретить доступ детей к отдельным веб-узлам. Также можно заблокировать некоторые веб-узлы на основании их содержимого.

Разрешение или запрещение доступа к отдельным веб-узлам



Разрешать или запрещать определенные веб-узлы:

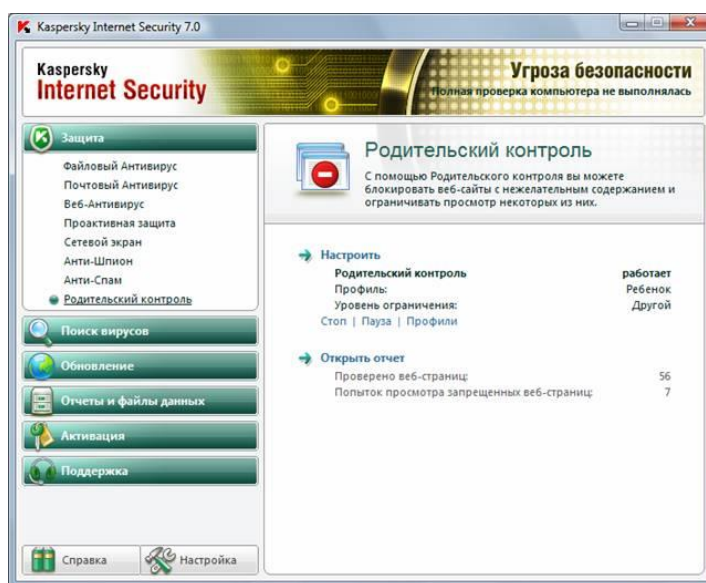
1. Откройте «Родительский контроль».
2. Введите пароль администратора или подтверждение пароля, если появится соответствующий запрос.
3. Щелкните имя пользователя, которому нужно установить веб-фильтр.
4. В группе Родительский контроль выберите Вкл.
5. Щелкните Веб-фильтр Windows Vista.
6. Щелкните Блокировать некоторые веб-узлы или содержимое.
7. Щелкните Изменить список разрешенных и запрещенных веб-узлов.

В поле Адрес веб-узла введите адрес веб-узла, доступ к которому требуется разрешить или запретить, и нажмите кнопку Разрешить или Блокировка.

Родительский контроль в Kaspersky Internet Security 7.0

Следует отметить, что в случае использования Windows XP единственным действенным средством использования родительского контроля остаются средства сторонних производителей. Вместе с тем нельзя не признать того, что некоторые параметры родительского контроля в KIS 7.0 могут помочь и в случае использования Windows Vista.

Для настройки Родительского контроля в KIS 7.0 вам необходимо на главной странице приложения выбрать Родительский контроль.



Далее необходимо настроить соответствующий профиль как для родителей так и для ребенка. Следует учесть, что по умолчанию Родительский контроль выключен.

После включения всем учетным записям компьютера будет присвоен профиль «Ребенок».

Профиль – это набор правил, регламентирующих доступ пользователя к определенным интернет-ресурсам. По умолчанию созданы три предустановленных профиля:

- ✓ Ребенок (данный профиль используется по умолчанию).
- ✓ Подросток.
- ✓ Родитель.

Для каждого из предустановленных профилей разработан оптимальный набор правил с учетом возраста, опыта и других характеристик каждой

группы. Так, например, профиль. Ребенок обладает максимальным набором ограничений, а в профиле Родитель ограничений нет. Удалять предустановленные профили нельзя, но вы можете изменять параметры профилей Ребенок и Подросток по своему усмотрению.

После установки приложения профиль Ребенок является профилем, который используется по умолчанию для всех пользователей, с учетной записью которых не связан ни один профиль.

Для того чтобы использовать предустановленные профили Подросток и Родитель, установите флажок Использовать профиль в окне Настройка профилей. В результате выбранные профили будут отображены в раскрывающемся списке блока Профили в окне настройки компонента Родительский контроль.

В блоке Пароль вы можете задать пароль, ограничивающий доступ пользователей к веб-ресурсам под данным профилем. Дальнейшее переключение пользователей на данный профиль будет возможно только после указания заданного пароля. Если поле Пароль оставлено пустым, на этот профиль сможет переключиться каждый пользователь компьютера. Для профиля Ребенок пароль не задается.

В блоке Пользователи вы можете прикрепить определенную учетную запись Microsoft Windows к выбранному профилю Родительского контроля.

Для того чтобы выбрать учетную запись, которую вы планируете связать с профилем, нажмите на кнопку Добавить и в стандартном окне Microsoft Windows укажите необходимую учетную запись.

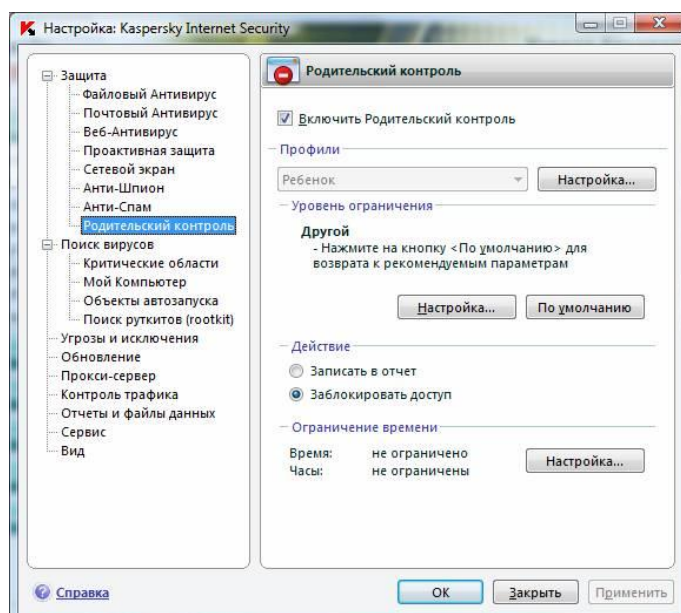
Для того чтобы настраиваемый профиль не применялся к учетной записи пользователя, выберите этого пользователя в списке и нажмите на кнопку Удалить.

Чтобы отредактировать настройки параметров профиля:

- ✓ Откройте окно настройки приложения и выберите компонент Родительский контроль в разделе Защита.
- ✓ Выберите предустановленный профиль, параметры которого вы хотите изменить, из раскрывающегося списка в блоке Профили и нажмите на кнопку Настройка.

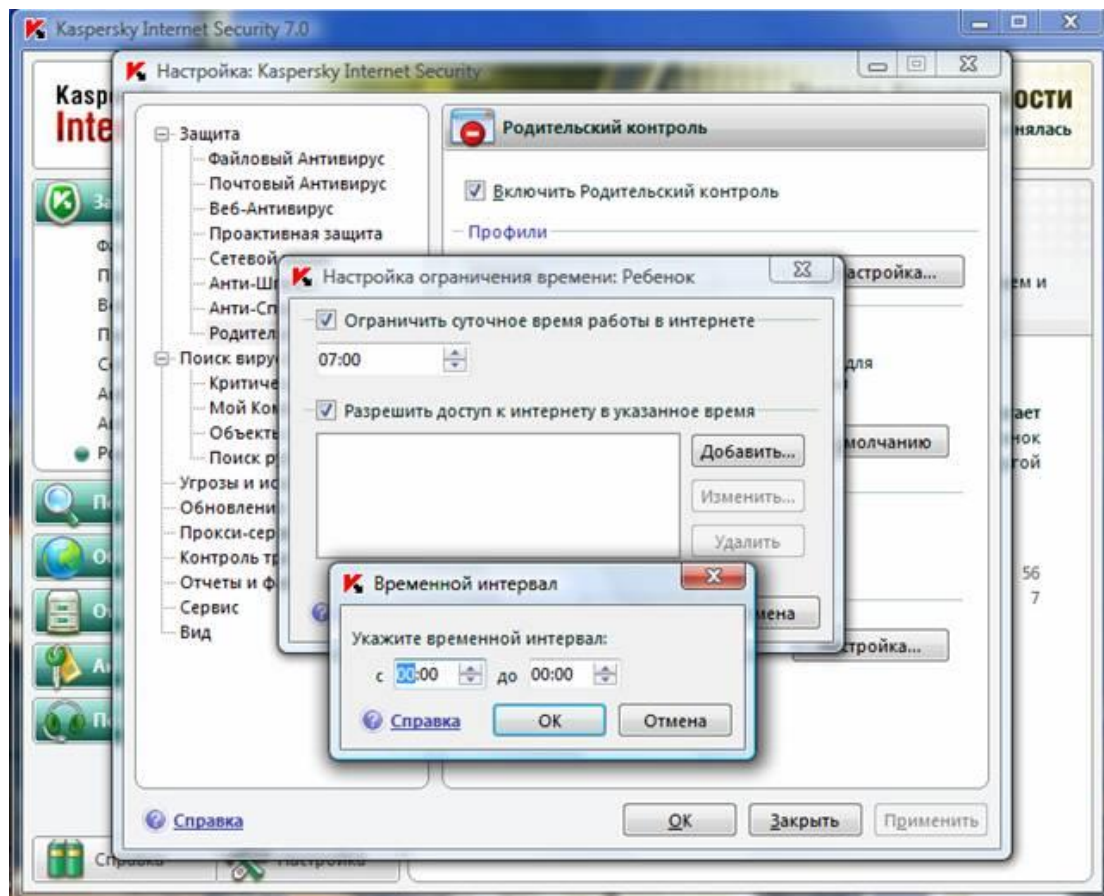
Ограничение времени доступа к интернет-ресурсам

В дополнение к средствам Родительского контроля, созданным в Windows Vista, KIS 7.0 позволяет установить ограничение времени доступа к Интернет.



Чтобы установить ограничение на работу в интернете по суммарному количеству времени в течение суток, установите флажок Ограничить суточное время работы в интернете и задайте условие ограничения.

Чтобы ограничить доступ к интернету определенными часами в течение суток, установите флажок Разрешить доступ к интернету в указанное время и задайте временные интервалы, когда работа в интернете разрешена. Для этого воспользуйтесь кнопкой Добавить и в открывшемся окне укажите временные рамки. Для редактирования списка разрешенных интервалов работы используйте соответствующие кнопки.



Если вы задали оба временных ограничения, причем значение одного из них превышает другое по количеству отведенного времени, то будет выбрано наименьшее значение из заданных.

Пример: для профиля Ребенок вы ограничили суммарное суточное время работы в интернете тремя часами и дополнительно разрешили доступ в интернет только с 14:00 до 15:00. В итоге доступ к веб-сайтам будет разрешен только в течение этого временного интервала, несмотря на общее разрешенное количество часов. Вы можете задавать несколько временных интервалов в рамках одних суток.

Таким образом, вы сможете указать временной интервал в то время, когда вы сможете контролировать своего ребенка.